



# Projekt Mestring

## Beskrivelse af projektet

Ishøj Kommune har i perioden 1/1-22 – 30/11-23 deltaget i et modningsprojekt, som Social- og Boligstyrelsen i samarbejde med VIVE har udviklet. Efter modningsprojektets afslutning har Social- og Boligstyrelsen valgt at kalde indsatsen for 'Mestringsluppen', hvilket også fremgår af det materiale, der er blevet udgivet. I Ishøj Kommune valgte man ved modningsprojektets opstart at kalde gruppen for 'Powergruppen'.

Social- og Boligstyrelsen har udviklet tre guides, som er målrettet gruppelederne. Heri kan der findes de relevante materialer og redskaber. De tre guides er udviklet til 1) opstart af forløbet, 2) gruppeforløb til børnene og 3) gruppeforløb for de nære voksne. Under modningsprocessen har gruppelederne været på uddannelse i Odense, hvor materialet og forløbene er blevet gennemgået, så gruppelederne har været klædt på til at afvikle gruppeforløbene.

Den grundlæggende del af indsatsen består af to parallelle gruppeforløb for henholdsvis børn med udviklings- og opmærksomhedsforstyrrelser og deres nære voksne. Hvis man ser på forløbet fra start til slut, er der først og fremmest en rekruttering, hvor gruppeledernes mål er at sammensætte en gruppe, som vurderes at kunne fungere. Dernæst skal de nære voksne sammen med barnet til en forsamling, hvor det besluttes, om det giver mening at familien deltager, men vigtigst af alt, om de har lyst. Når gruppen er sammensat, kan forløbet igangsættes.

I løbet af projektets levetid har 33 børn været indskrevet, hvoraf 29 har gennemført forløbet. De nære voksne har primært bestået af én eller begge forældre og i nogle tilfælde andre relevante voksne i barnets liv, som eksempelvis en bedsteforælder. Børnene har deltaget i ni sessioner, mens de nære voksne har deltaget i fem, hvoraf den sidste var en fælles afrunding og fejring.

## Formål

Formålet med mestringsforløbet er at give børn med udviklings- og opmærksomhedsforstyrrelser redskaber og strategier til at mestre forskellige hverdagsituationer, dels så de i højere grad oplever at trives i de forskellige sfærer (hjemmet, skolen, fritid), de i løbet af en hverdag færdes i, og dels så de i højere grad oplever at have overskud og ønsker at deltage i sociale situationer. Materialet og strategierne tager primært udgangspunkt i relationer knyttet an til hjem, skole og venskaber.

Formålet med de nære voksnes deltagelse er, at de skal tilegne sig viden og derigennem bedre kunne forstå barnet, samt konkrete og brugbare redskaber til at kunne støtte barnets udvikling mod en bedre hverdagsmestring.

## Målgruppe

Målgruppen er børn med udviklings- og opmærksomhedsforstyrrelser i alderen 8-14 år. Det er ikke en forudsætning at barnet er udredt for at kunne deltage. Børnene skal desuden have de kognitive



forudsætninger for at kunne deltage, hvorfor VIVE og Social- og Boligstyrelsens målgruppe er børn i den almindelige folkeskole eller børn i gruppeordninger.

## Erfaringer fra modningsprojektet

Et forløb har ni sessioner for børnene og fem for de nære voksne. Den sidste session er dog en fælles afslutning for børn og nære voksne, hvor der spises sammen og børnene får udleveret et diplom samt et personligt ark med positive bevidnende betragtninger gruppelederne har gjort sig af barnet i løbet af sessionerne.

Forud for forløbets opstart har der været forsamlinger med samtlige familier, hvor familien er blevet introduceret til gruppeforløbet og til den forventning der er til de nære voksnes deltagelse. Barnet skal også tilkendegive sit ønske om at deltage, og barnet skal desuden nævne 1-2 lærere på skolen, som barnet ønsker, skal være kontaktlærere. Herefter kontaktes de respektive skoler, og gruppelederne informerer kontaktlærerne om barnets deltagelse, og om hvad mestringsprojektet er.

Efter tredje og sjette session er der vidensdeling med skolerne. Det er meget forskelligt, hvordan denne vidensdeling foregår, da det også afhænger af skolekontaktens mulighed for at mødes. Men det kan blandt andet foregå via mail, telefon eller et fysisk møde.

Vi har igennem forløbet haft en opmærksomhed på sammensætningen af børn i de enkelte gruppeforløb med henholdsvis udviklings- og opmærksomhedsforstyrrelser. Vi har i enkelte forløb haft en særlig opmærksomhed på at børnenes behov har været forskellige på baggrund af deres diagnose, og derfor har det til tider været udfordrende for nogle børn at deltage i gruppeforløbene. Gruppelederne påpeger, at emnerne i de enkelte sessioner er relevante for målgruppens børn, men at børnene afhængig af deres diagnose ikke nødvendigvis gavnede af at få viden og værktøjer formidlet på samme måde.

## Rekruttering

Rekrutteringen er primært foregået via rådgiverne i Center for Børn og Forebyggelse (CBF). Da der indledningsvis var to medarbejdere med fra CBF, kunne de spørge deres kollegaer enten via mail eller ved at tale med dem på rådhuset om, de kendte til børn, der kunne drage fordel af et mestringsforløb.

Desuden er der rekrutteret ved at sende et informationsbrev ud til skolerne i håb om, at de kunne henvise børn til gruppen, som passer ind i målgruppen. Det har ikke været en lige så effektiv rekruttering. Dog var der en skole, der blev mere aktiv i forhold til rekruttering forud for den sidste gruppegang inden projektet sluttede. Denne skole udviste også en stor interesse i at kunne henvise børn til nye forløb, og skolen var derfor nysgerrig på, hvornår nye gruppeforløb ville blive opstartet.

I kraft af at der var familiebehandlere med i projektgruppen, var det muligt også at se på, hvilke børn Familieværkstedet havde indskrevet, som matchede målgruppen. Da familiebehandlere i forvejen har direkte kontakt med forældrene, har det været oplagt at de også blev benyttet i rekrutteringen.

## Erfaringer med børnenes *outcome*

Gruppelederne har erfaret, at forløbets temaer er særdeles relevante for børnene og deres nære voksne. Gruppelederne har et klart indtryk af, at forældrene har fået en bedre forståelse af deres børn som konsekvens af mestringsforløbet. De fortæller, at forældrene ser deres børn på en anden måde, og de har fået værktøjer til at kunne tale med deres børn, hvilket har skabt en øget trivsel hos mange af familierne. Der er



eksempler på forældre, der efter forløbet har udtalt, at det var som at få et nyt barn, fordi både barn og voksen havde fået værktøjer til bedre at kunne forstå hinanden og til bedre at kunne kommunikere.

### Grubeledees erfaringer

Grubeledeerne har gentagne gange nævnt "batteriet" og "detektiven" som eksempler på aktivitetsbaseret anvendelige værktøjer. Det er blandt andet de to værktøjer, som både forældrene og børn har givet udtryk for, var gode, og der har været flere tilbagemeldinger om, at forældrene og børnene har brugt de to værktøjer i hjemmet. Grubeledeerne påpeger desuden, at batteriet er et værktøj, der er godt for alle børn, og derfor vil det også give mening at bruge i tilfældet af, at mestringsgruppen kørte et forløb på en skole, hvor der både vil være børn med og uden diagnoser.

Detektiven beskrives også som god, og det er et bærende værktøj for alle opgaver og øvelser, da udgangspunktet med detektiven er, at man går tilbage og ser på, hvad der skete i den pågældende situation, og bliver nysgerrig på, hvorfor situationen udviklede sig som den gjorde, og hvordan man kunne have handlet anderledes. Detektiven bliver en metafor for nysgerrighed – på sig selv og andre.

I gennem hele forløbet, har grubeledeerne skabt forudsigelige og visuelle rammer. De har eksempelvis hængt piktogrammer op. Nogle af dem hang der konstant, mens andre blev udskiftet afhængig af temaet den pågældende dag. Grubeledeerne erfarede, at børnene havde gavn af piktogrammerne, da de selv havde mulighed for at se, hvor de var nået til i forløbet, og de fik mulighed for at sætte en stjerne ud for det emne, der netop var afsluttet.

Spejling er en essentiel betragtning i forståelsen af, hvad der gjorde en forskel for børnene, og det har været et grundelement i sessionerne, hvor der har været videoer og podcast med børn, der fortæller om deres diagnoser og de udfordringer, der følger med diagnoserne. Det gjorde en forskel, at der var nogle andre, der satte ord på, hvordan de havde det, og hvordan det er at have udviklings- og/eller opmærksomhedsforstyrrelser. Det kunne også være et barn fra gruppen, der åbnede op, og der på den måde opstod parallelfortællinger, og derved en øget forståelse og accept hos de andre børn. For forældrene gjorde det særligt en forskel, at de kunne spejle sig i hinanden, og at de kunne sparre med hinanden om de udfordringer, de kunne have tilfælles. Desuden benyttede grubeledeerne sig af en rollemodel. Vedkommende arbejder som AKT-lærer på en af Ishøjs skoler, og desuden har han selv samme diagnose. Rollemodellen holdt et oplæg om, hvordan det for ham er at have ADHD, og hvordan han oplever det, når hjernen ikke kan mere. Han understregede vigtigheden af strukturer, og så var han et levende bevis på, at det ikke er umuligt at få et almindeligt job og liv, selvom man har ADHD.

## Visjoner for fremtidens projekt mestring i Ishøj Kommune

Helt overordnede har projekt mestring bevirkede en øget opmærksomhed på samarbejdet imellem skoler, Center for børn og forebyggelse og Familieværkstedet. Vi har erfaret at det kan være virksomt med det tætte samarbejde og at når vi arbejder omkring et fælles mål for barnet med en fælles referenceramme (i dette tilfælde mestringsprojektet) kan det have et vældigt virksomt *outcome* for barnets mestringsstrategier og forældrenes generelle forståelse af deres barns.

Vi har i den forbindelse nedsat en udviklingsgruppe, der udveksler ideer, og som skal se på, hvordan vi kan integrere gruppeforløb i CBF og på Ishøjgård målrettet børn med udviklings- og opmærksomhedsforstyrrelser. Vi påtænker at invitere familierådgivere fra handicapområdet ind i en drøftelse for at kvalificere udviklingsgruppens perspektiver på målgruppen – og på kommende gruppeforløb.



## Rekruttering og fremtidig gruppeindsats

Én af de udfordringer Projekt Mestring har stået over for har været rekruttering. Vi har derfor gjort os nogle tanker i forhold til, hvordan vi fremadrettet kan rekruttere børn til gruppeforløb, så de børn, der kan have behov for det, bliver tilbudt det rette gruppetilbud. Vi har en formodning om, at der er mange børn i Ishøj Kommune, der kunne have gavn af et mestringsforløb, hvorfor vi må udvikle en stærk rekrutteringsstrategi, som fordrer til tæt samarbejde og afdækning af, hvor børnene befinder sig.

Vi påtænker at indlede rekrutteringen med følgende initiativer:

### **Video**

Der udarbejdes videoptagelse af børn, der har deltaget i et mestringsforløb, og som kan fortælle om, hvad de har lært af forløbet, og hvordan de har profiteret af at deltage i mestringsforløbet. Eksempelvis at de har fået venner, har lært at håndtere deres uro på en ny måde og eventuelt fået en større forståelse for at være dem, med deres udviklings- eller opmærksomhedsforstyrrelse.

### **Børneambassadør**

Der arbejdes med at finde et barn, som kunne have lyst til at agere børneambassadør for mestringsprojektet i Ishøj Kommune. Barnet vil i samarbejde med gruppeledere og koordinator blive inviteret med til oplæg om mestringsprojektet i diverse fora. Der vil være en opmærksomhed på, at der er samtykke fra forældre samt GDPR-sikkerhed.

### **Opmærksomhed på information**

Vi tænker, at afholde oplæg ved personalemøde på Ishøj Kommunes folkeskoler samt at oplyse både forældre, personale og børn om tilbuddet igennem opslag på AULA, plakat på biblioteket og ved at deltage i klassens time sammen med børneambassadøren. Videoen afsendes til samtlige skole- og fritidsordninger i Ishøj, så de har mulighed for at vise børnene den, men også så skolerne bliver mere bevidste om mestringsforløbet.

## Tanker om organisering og differentiering af fremtidige gruppeforløb

Når vi trækker på den erfaring, vi har gjort os, og ser på det samlede behov for indsatser knyttet til diagnoser inden for udviklings- og opmærksomhedsforstyrrelser, ses hele skoleklasser at kunne profitere af de aktiviteter, som mestringsforløbet indeholder. Vi påtænker derfor at indarbejde et fagligt fokus på udvikling af gruppeforløb tilbudt til folkeskoleklasser i Ishøj Kommune. Dette udvikles fagligt i den interne udviklingsgruppe, da det vil betyde, at der skal arbejdes med indholdet og justeres på aktiviteterne, så det er tilpasset en større gruppe, hvor udfordringerne kan være forskelligartede. Vi påtænker indsatsen i klasser, som er udfordret gruppedynamisk, da indsatsen kan bidrage til et fælles sprog i klassen samtidig med at alle opnår de samme værktøjer til at agere mere hensigtsmæssigt i konfliktsituationer, sociale situationer. Vi tilsigter at styrke klassefællesskaber.

Samtidig har vi på baggrund af vores erfaringer en særlig opmærksomhed på, hvorledes grupperne sammensættes, da det ses at have betydning for det enkelte barns trivsel i gruppen. Det er vigtigt at have gjort sig overvejelser om, hvordan børnenes diagnoser ser ud over for hinanden. Hensigten er at lære børnene rigtig godt at kende forud for gruppeforløbet. Det tænker vi at gøre ved hjælp af forsamlinger og dialog med



lærere, forældre og øvrige relevante personer i barnets liv. Således skaber vi bedst en gruppe, som i højere grad kan spejle sig i hinanden og lære sammen.

Vi forestiller os, at vi starter med gruppeledere repræsenteret af Skolen på Ishøjgård, Familieværkstedet og PPR. Vi forestiller os også, at vi på sigt kan have et samarbejde – og måske gruppeledelse – med AKT-lærerne på kommunens skoler.